Estimado Cliente,

En Jocca nos esforzamos por la calidad y el compromiso con nuestros clientes, y le agradecemos su confianza en nuestros productos.

Aprovechamos esta ocasión para informarle que ante cualquier duda o reclamación puede contactar con nosotros en la dirección atencionalcliente@jocca.es (respuesta en 24 horas laborables).

Si, por el contrario, desea consultar alguna característica técnica o nuestra amplia gama de productos, visite la página web www.qualimail.es, donde le atenderemos con la calidad que nos caracteriza.

Una vez más, gracias por su confianza.

JOCCA
HOME & LIFE
www.jocca.es
902 420 000

BSCI Business Social Compliance Initiative

TÜVRheinland CERT ISO 9001

TÜVRheinland CERT ISO 14001

(ES) Manual de instrucciones
(EN) Instructions manual
(FR) Manuel d'instructions
(IT) Manuale d'istruzioni

JOCCA

Ref. 7148

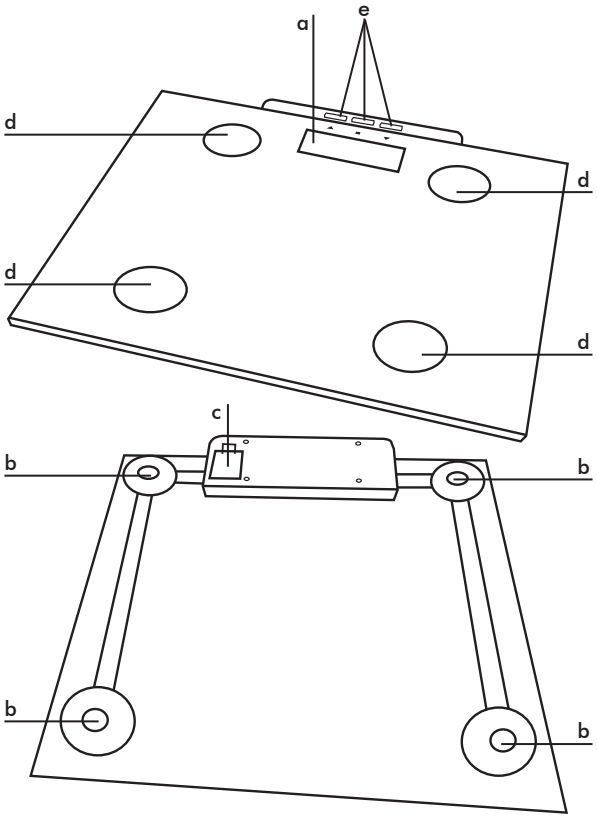
Para cualquier consulta sobre este artículo contacte con nuestro Servicio de Atención al cliente

JOCCA
QUALIMAX INTERNATIONAL

atencionalcliente@jocca.es
RESPUESTA EN 24h.

Tel. 902 420 000

DESCRIPCIÓN/DESCRIPTION/DESCRIPTION DESCRIZIONE



BÁSCULA MIDE GRASA

AGRADECIMIENTO DE COMPRA

JOCCA le agradece la confianza depositada en nuestros productos y estamos seguros de que quedará completamente satisfecho con cualquiera de éstos.

Para atender mejor todas sus dudas y necesidades, el servicio de atención al cliente de **JOCCA** queda a su plena disposición para solucionar cualquier consulta:

JOCCA
c/ Tarraca, nº12 (PlaZa)
50.197 Zaragoza
atencionalcliente@jocca.es

DESCRIPCIÓN DE PRODUCTO

a- Pantalla
b- Pies antideslizantes
c- Emplazamiento batería (Incluye pila de botón)
d- Sensores para medición
e- Selectores de unidad de peso, edad, sexo, altura

ADVERTENCIAS DE SEGURIDAD

-Estas instrucciones son muy importantes. Lea atentamente este manual de instrucciones antes de utilizar el aparato, y guárdelo para posteriores consultas.

-**JOCCA** no se responsabilizará de las posibles consecuencias derivadas de un uso inadecuado del producto, u otro uso que no estuviera descrito en este manual.

-Antes de utilizar el producto por primera vez, desembale el producto y compruebe que está en perfecto estado. De no ser así, no utilice el aparato y diríjase a **JOCCA** ya que la garantía cubre cualquier daño de origen o defecto de fabricación.

-Este producto solo está indicado para un uso doméstico. No utilizar el aparato en la intemperie. No deje el aparato bajo la exposición de agentes climáticos como la lluvia, nieve, sol, etc. que puedan deteriorar su funcionamiento.

-Este aparato pueden utilizarlo niños con edad de 8 años y superior y personas con capacidades físicas, sensoriales o mentales reducidas o falta de experiencia y conocimiento, si se les ha dado la supervisión o instrucción apropiadas respecto al uso del aparato de una manera segura y comprenden los peligros que implica. Los niños no deben jugar con el aparato. La limpieza y el mantenimiento a realizar por el usuario no deben realizarlos los niños a menos que sean mayores de 8 años y estén bajo supervisión.
-Mantener el aparato y su cable fuera del alcance de los niños menores de 8 años.
-No sumerja el aparato en agua u otro líquido.
-Mantenga la superficie de la báscula seca y no la moje. No suba a la báscula con los pies mojados, puede resbalarse.
-Utilizar el aparato en una superficie plana, lisa y horizontal. Evite colocarla encima de alfombras, moquetas, etc.
-Evite los golpes o cualquier caída de la báscula. En caso contrario la báscula podría resultar dañada. La báscula es un aparato de precisión. Trátela con cuidado para maximizar su vida útil.
-No sitúe pesos excesivos sobre la báscula. En caso contrario el sensor de peso podría resultar dañado.
-Este aparato está diseñado para uso doméstico, no para fines industriales o comerciales
- No utilice el aparato si usted tiene un marcapasos o cualquier otro dispositivo eléctrico o electrónico.

ADVERTENCIAS DE PILAS:
-Quite la pila del emplazamiento, si no va a utilizar el aparato durante un largo periodo de tiempo.
-Recuerde que las pilas o baterías deben depositarse en contenedores especializados para recogida de pilas.
-Si desea deshacerse del producto no olvide retirar las pilas o baterías del aparato.
-Si la pila o batería tiene algún tipo de fuga no la manipule nunca directamente con las manos.
-Cambie la pila cuando ésta esté gastada.
-Solamente pueden utilizarse pilas del mismo modelo o equivalente a las recomendadas.

-La pila tiene que ser colocada de acuerdo con la correcta polaridad indicada.
-No coloque nunca el compartimento para pilas cerca de fuego o de una fuente de calor.
-No tire las pilas al fuego ni coloque la unidad de control al sol.
-No mezclar pilas nuevas con pilas ya usadas o viejas.

MODO DE EMPLEO

-Antes de empezar a utilizar el aparato, saque el plástico del emplazamiento de baterías para que las pilas entren en contacto con el aparato y este empiece a funcionar.
Para una buena conductividad y correcto uso de la báscula para obtener unos resultados correctos de determinación de grasa corporal, agua corporal, masa muscular asi como del peso corporal y la proporción ósea, es importante pesarse siempre descalzo y asegurarse que los pies están en contacto con los 4 puntos, metálicos para máxima precisión
-El exceso de líquidos, la toma de algunos medicamentos o el ciclo menstrual, pueden alterar los resultados.
- para obtener el peso, solo es necesario que usted se monte directamente en ella, en breves segundos obtendrá el peso en Kg, si usted desea seleccionar la unidad de pesaje, solo es necesario que presione la flecha hacia abajo, para cambiar de kg/lb/st:lb.
Para usar la función de determinación de grasa corporal, agua corporal, masa muscular así como del peso corporal y la proporción ósea, usted debe introducir sus datos. Para ello, siga los siguientes pasos:
• Presione el cuadrado. En la pantalla le aparecerá P0 (Recuerde que este aparato dispone de 10 memorias para 10 usuarios distintos, diferenciadas con las letras P0 hasta P9, esto le aparecerá en el margen inferior izquierdo de la pantalla), mediante las flechas, usted puede seleccionar la memoria para cada usuario, los dígitos de la memoria (PO….P9), parpadearan hasta que usted seleccione la deseada.

• Una vez seleccionada la memoria, pulse otra vez el cuadrado y con las flechas, usted seleccionará el sexo, Hombre o mujer q viene marcado con las siguientes siluetas. Estas siluetas parpadearan hasta que usted seleccione el sexo deseado
• Una vez seleccionado el sexo pulse otra vez el cuadrado y con las flechas, usted seleccionará su altura. Los 3 dígitos de la altura parpadearán hasta que usted seleccione su altura con las flechas
• Una vez seleccionada la altura, pulse otra vez el cuadrado y con las flechas, usted seleccionará su edad. Los 2 dígitos de la edad parpadearán hasta que usted seleccione su edad con las flechas.
Una vez definida su memoria, el uso de la báscula es tan sencillo, como encenderla, presionando cuadrado, seleccionando su memoria, a través de las flechas, y una vez la báscula marque 0.0, subirse descalzo con los pies encima de los sensores metálicos.
-La información aparecerá en la pantalla de forma discontinua, marcando primero su peso, seguido del % de grasa corporal, TBW que es la hidratación corporal, la masa muscular, la proporción ósea las Kcal, y el BMI.
-Al bajarse de la báscula, se desconectará automáticamente.

Si no hay peso, y la pantalla muestra cero, la báscula se apagará automáticamente tras unos 6 segundos aproximadamente.

RESULTADOS OBTENIDOS:
El % de grasa corporal, se mide con los siguientes parámetros que aparecen en la pantalla
• Under fat: Por debajo de lo normal.
• Healthy: Saludable.
• Over fat: Por encima de la media.
• Obese: Obeso
Nota, los valores óptimos de IMC (índice de masa corporal) suelen estar entre 20 y 25.

Gráfico para la grasa corporal (%)

EDAD	MUJER (%)				HOMBRE (%)			
	bajo	saludable	alto	obeso	bajo	saludable	alto	obeso
6-16	<18	18-28	29-35	>36	<10	10-18	19-23	>24
17-39	<20	20-32	33-38	>39	<12	12-20	21-25	>26
40-55	<23	23-35	36-41	>42	<13	13-21	22-26	>27
56-80	<24	24-36	37-42	>43	<14	14-22	23-27	>28

Gráfico del ratio de hidratación corporal (%)

EDAD	MUJER (%)			HOMBRE (%)		
	bajo	saludable	alto	bajo	saludable	alto
6-14	<57	57-67	>67	<58	58-72	>72
15-29	<47	47-57	>57	<53	53-67	>67
30-59	<42	42-52	>52	<47	47-61	>62
60-80	<37	37-47	>47	<42	42-56	>56

Gráfico del ratio de masa muscular (%)

MUJER (%)			HOMBRE (%)		
bajo	saludable	alto	bajo	saludable	alto
<25.9	26-27.9	>30.9	<30.9	31-34.9	>39

Gráfico de proporción osea(KG)

	MUJER			HOMBRE		
Peso	<40KG	40-60KG	>60KG	<60KG	60-75KG	>75KG
Ref.Peso hueso	2.4KG	2.6KG	3.2KG	3.2KG	3.6KG	4.3KG

Datos de BMI

Valores BMI	<18.5	18.5-25	25-30	>30
	bajo	saludable	alto	obeso

Calorías (Kcal) sugeridas por día

EDAD	MUJER	HOMBRE
10-17	1300	1610
18-29	1210	1550
30-49	1170	1500
50-69	1110	1350
>70	1010	1220

MENSAJES que pueden surgir
-Instale nueva batería cuando aparezca el mensaje LO.
-"Err" Significa que hay sobrecarga, recuerde que esta báscula no puede exceder de 150Kg
-"err2" Significa que no se ha calculado correctamente la medición.

LIMPIEZA Y ALMACENAMIENTO

-No utilice detergentes abrasivos ni productos que puedan dañar el aparato.
-NUNCA SUMERJA EL APARATO EN AGUA U OTRO LÍQUIDO.
-Utilice un paño húmedo o esponja para limpiar el aparato.
-No colocar verticalmente ni aun cuando no se use.

DATOS TÉCNICOS

-3V DC (1 x CR2032 3V)
-Cristal reforzado.
-Capacidad máxima efectiva de peso: 150 Kg. (24 st / 330 lb).
-Capacidad mínima efectiva de peso: 5 Kg.
-División de peso: 100g/0.2 lb, 50g/0.1 lb.
Este aparato está conforme con la directiva 2004/108/CE de Compatibilidad Electromagnética.

PROTECCIÓN DEL MEDIO AMBIENTE-DIRECTIVA 2002/96/CE

Su producto ha sido diseñado y fabricado con materiales y componentes de alta calidad, que pueden ser reciclados y reutilizados.

Cuando vea este símbolo de una papelera con ruedas tachada junto a un producto, esto significa que el producto está bajo la Directiva Europea 2002/96/CE.
Deberá informarse sobre el sistema de reciclaje local separado para productos eléctricos y electrónicos.
Siga las normas locales y no se deshaga de los productos usados tirándolos en la basura normal de su hogar. El reciclaje correcto de su producto usado ayudará a evitar consecuencias negativas para el medio ambiente y la salud de las personas.

BODY FAT DIGITAL SCALE

PURCHASE ACKNOWLEDGEMENT

JOCCA thanks you for the trust placed in the purchase of our product and we are certain that you will always be satisfied with any of our products.

PRODUCT DESCRIPTION

a- Screen
b- Non-sliding feet
c- Battery compartment (includes a button-type battery)
d- Measuring sensors
e- Selectors for unit weight, age, sex, height

SAFETY WARNINGS

-These instructions are very important. Please read this instructions manual carefully before using the appliance and keep it at hand to refer to it at any time.
-**JOCCA** declines any responsibility for the improper use of the product, or any other use that is not described in this manual.
-Before using the product for the first time, unpack the product and check that it is in perfect conditions. If not, do not use the appliance and contact **JOCCA**, as the guarantee covers any damage from origin or manufacturing defects.
-This product is indicated for domestic use only. Do not use the device outdoors. Do not expose the device to climate agents like rain, snow, sun, etc.
-This appliance can be used by children of 8 and more years old as well as by disable people, people with reduced sensorial o mental capacities, people with lack of experience and knowledge, if the appropriate supervision and instruction of use was provided them in reliable way and they understand danger it entails. The cleaning and maintenance allow to be realized by the user, must no be realized by the children, only in case they are more than 8 years old and only under supervision.

-Keep the appliance and its cable out of reach of the children younger 8 years old.
-Do not immerse the appliance in water or any other liquid.
-Keep the scale surface dry. Do not get onto the scale with wet feet, you may slip.
-Use the appliance on a flat and horizontal surface. Do not place on rugs, carpets, etc.
-Do not strike, shake or drop the scale in order to avoid it gets damaged. The scale is a precise instrument. Please, treat it with care to extend its life.
-Do not place too much weight on the scale. Otherwise the weight sensor may be damaged.
-The scale is only for family use, DO NOT use it for industrial or commercial purpose.
- Do not use the device if you have a pacemaker or any other electrical or electronic device.

WARNING ABOUT THE BATTERIES:

-Remove the battery from its compartment, if you are not going to use the device for a long period of time.
-Remember that batteries must be deposited in the specialized containers for battery collection.
-If you want to throw out the device, always remove the batteries before doing it.
-If the battery has some kind of leak never handle it with bare hands.
-Replace the battery when it is worn out.
-Only the batteries of the same model or equivalent to the recommended can be used.
-The battery must be placed in accordance with the indicated correct polarity.
-Never place the battery compartment near fire or heat source.
-Do not throw the batteries into fire or place the control unit to the sun.
-Do not mix new batteries or the old and worn-out.

INSTRUCTIONS FOR USE

-Before you start using the device, remove the plastic from the battery position to allow the batteries contacting the device and it starts working.

For good conductivity and proper use of the scale, to obtain correct results for determining body fat, body water, muscle mass as well as body weight and bone.

proportion, it is important to weigh always barefoot and make sure your feet are in contact with 4 metal points for maximum precision.

-The excess of liquid, taking some medicine or the menstrual cycle can affect the results.

-To get the weight results, you just need to stand on it directly, in a few seconds you will get the weight in kg. If you want to select the weighing unit, you just need to press the arrow down to change kg / lb / st: lb.

-To use the functions of body fat, body water, muscle mass as well as body weight and bone proportion, you must enter your data. To do this, follow these steps:

• Press the square. P0 will appear on the display (remember that this device has 10 memories for 10 different users, with different points P0 to P9, this will appear in the lower left side of the screen), you can select the memory for each user by the arrows, the memory digits (PO .... P9) will blink until you select the one you need.

• After selecting the memory, press again the square and arrows to select the sex: the following man or woman silhouettes will flash till you select the sex.

•When the sex is selected press again the square and arrows to select your height. 3 digits will flash until you select your height by the arrows.

• When the height is selected press again the square and arrows to select age. 2 digits will flash until you select your age by the arrows.

-When the memory data are set, the use of the scale is simple: just switch it on pressing the square, selecting your memory by the arrows, and once the scale marks 0.0 stand on it barefoot on the metal sensors.

-The information will be shown on the displayed discontinuously, indicating first your weight, following with the body fat %, TBW is body hydration, muscle mass, bone proportion, Kcal and BMI.

-When you get off the scale, it will be disconnected automatically.

If there is no weight and the display shows zero, the scale will automatically turn off after in about 6 seconds.

RESULTS:

The body fat % is measured by the following parameters displayed on the screen

• Under fat: Below normal.
• Healthy: Healthy.
• Over fat: Above average.
• Obese: Obese

Note: the optimal values of BMI (body mass index) are used to be between 20 and 25.

Body Fat Chart (%)

AGE	FEMAL (%)				MALE(%)			
	Low	Healthy	High	Obese	Low	Healthy	High	Obese
6-16	<18	18-28	29-35	>36	<10	10-18	19-23	>24
17-39	<20	20-32	33-38	>39	<12	12-20	21-25	>26
40-55	<23	23-35	36-41	>42	<13	13-21	22-26	>27
56-80	<24	24-36	37-42	>43	<14	14-22	23-27	>28

Water Ratio Chart (%)

AGE	FEMAL(%)			MALE(%)		
	Low	Healthy	High	Low	Healthy	High
6-14	<57	57-67	>67	<58	58-72	>72
15-29	<47	47-57	>57	<53	53-67	>67
30-59	<42	42-52	>52	<47	47-61	>62
60-80	<37	37-47	>47	<42	42-56	>56

Muscle Ratio Chart (%)

FEMAL (%)			MALE (%)		
Low	Healthy	High	Low	Healthy	High
<25.9	26-27.9	>30.9	<30.9	31-34.9	>39

Bone Weight Chart (KG)

	FEMAL			MALE		
weight	<40KG	40-60KG	>60KG	<60KG	60-75KG	>75KG
Ref.bone wight	2.4KG	2.6KG	3.2KG	3.2KG	3.6KG	4.3KG

BMI data

BMI value	<18.5	18.5-25	25-30	>30
	Low	Healthy	High	Obese

Calorie (Kcal) demand day suggested

AGE	FEMAL	MALE
10-17	1300	1610
18-29	1210	1550
30-49	1170	1500
50-69	1110	1350
>70	1010	1220

Messages that may appear
-Install a new battery when the message is LO.
-"Err" means overload, remember that this scale can not exceed 150kg.
-"Err2" means that the measurement has been calculated incorrectly.

CLEANING AND STORAGE

-Do not use abrasive detergents or products that may damage the appliance.
-NEVER IMMERSE ThE APPLIANCE IN WATER OR ANY OTHER LIQUID.
-Use a damp cloth or sponge to clean the applicance.
-Do not place vertically, even when not in use.

TECHNICAL SPECIFICATIONS

-3V DC (1 x CR2032 3V)-Strengthened glass.
-Maximum effective weighing capacity: 150 Kg. (24 st/330 lb).
-Minimum effective weighing capacity: 5 Kilos.
-Weighing divisions: 100g/0.2 lb, 50g/0.1 lb.
This device conforms to the safety requirements and provisions of directive 2004/108/EC on Electromagnetic Compatibility.

PROTECTION OF THE ENVIROMENT – DIRECTIVE 2002/96/EC

This product has been designed and manufactured with high quality materials and components that can be recycled and reused.

When you see the symbol of a crossed out litter bin on wheels next to a product, this means that the product conforms to the European Directive 2002/96/EC.

Please obtain information about the local recycling system for electric and electronic products.

Follow the local rules and do not dispose of used products by throwing them in the normal bins at home. Proper recycling of your used product will help avoid negative impacts on the environment and people's health.

PESE-PERSONNE NUMERIQUE

REMERCIEMENT D'ACHAT

JOCCA tient à vous remercier pour votre confiance en achetant nos produits. Nous sommes sûrs que vous serez satisfaits de votre achat.

DESCRIPTION DU PRODUIT

a- Ecran
b- Pieds anti-glisse
c- Compartiment à piles (inclus pile type bouton)
d- Capteurs de poids
e- Sélecteurs d'unité de mesure, d'âge, de sexe, de taille

CONSEILS DE SÉCURITÉ

-Ces instructions sont très importantes, lisez attentivement ce manuel avant d'utiliser l'appareil, et conservez-le pour de futures consultations.

-**JOCCA** ne sera pas responsable d'une utilisation inadéquate du produit, ou autre utilisation qui ne serait pas décrite dans ce manuel.

-Avant d'utiliser le produit pour la première fois, déballez le produit et vérifiez qu'il est en parfait état, si tel n'est pas le cas, n'utilisez pas l'appareil et dirigez-vous à **JOCCA** puisque la garantie couvre tous dommages origine ou défaut de fabrication.

-Ce produit est indiqué uniquement pour une utilisation domestique. Ne pas utiliser l'appareil par intempérie. Ne laissez pas l'appareil sous l'exposition d'agents climatiques comme la pluie, la neige, le soleil, etc. pour éviter des dysfonctionnements.

-Cet appareil peut être utilisé par des enfants à partir des 8 ans, par des personnes avec un handicap physique, sensoriel ou mental et aussi par des personnes sans expérience ni connaissance du produit, à partir du moment que des instructions appropriées quand son usage de manière adaptée leur ont été données et qu'ils comprennent les dangers liés à l'utilisation du produit. Les enfants ne doivent pas jouer avec l'appareil. L'entretien et le

nettoyage requis par l'appareil doit être réalisé par l'utilisateur et non par des enfants, à moins qu'ils aient plus de 8 ans ou que cette tâche soit faite sous la supervision d'un adulte.
-Tenir l'appareil et son câble hors de portée des enfants de moins de 8 ans.
-Ne plongez ni l'appareil ni une autre partie de l'appareil dans l'eau ou dans un autre liquide quelconque.
-Maintenez la surface de la balance sèche et ne la mouillez pas. Ne montez pas sur le pèse-personne avec les pieds mouillés, vous pourriez glisser.
-Utilisez toujours la balance sur une surface dure et plane. NE PAS l'utiliser sur de la moquette.
-Évitez les coups ou toute chute de la balance. Dans le cas contraire, vous pourriez endommager l'appareil. La balance est un appareil de précision. Veillez donc à l'utiliser avec précaution pour optimiser sa durée de vie.
-Ne pas placer de poids excessifs sur la balance. Dans le cas contraire, le capteur de poids pourrait être endommagé.
-Ne pas utiliser l'appareil si vous possédez un pacemaker ou tout autre dispositif électrique ou électronique.
-Exclusivement pour un usage familial. NE PAS l'utiliser dans un but commercial.

AVERTISSEMENT POUR LES PILES:
-Enlevez la pile de l'emplacement si vous n'allez pas utiliser l'appareil pendant une longue période.
-Rappelez vous que les piles ou batteries doivent être jetées dans des conteneurs spéciaux pour leur ramassage.
-Si vous souhaitez défaire le produit, n'oubliez pas d'enlever les piles et batteries de l'appareil.
-Si la pile ou batterie a une fuite, ne la manipuler surtout pas directement avec les mains.
-Changez les piles dès qu'elles sont usées.
-Vous pouvez seulement utiliser des piles du même modèles ou équivalentes à celle recommandées.
-La pile doit être placée dans le sens de la polarité adéquate.
-Ne placez jamais le compartiment pour piles à proximité du feu ou d'une source de chaleur.

-Ne jetez pas les piles dans le feu et ne placez pas non plus l'unité de contrôle au soleil.
-Ne mélangez pas les piles neuves avec les piles usagées.

MODE D'EMPLOI

-Avant de commencer à utiliser l'appareil, retirez le plastique du compartiment à piles afin qu'elles puissent entrer en contact avec l'appareil et que ce dernier puisse fonctionner.
Pour un bon usage de la balance et pour une bonne mesure de la graisse corporelle, de la masse hydrique, de la masse musculaire, du poids et de la masse osseuse, il est important de toujours se peser pieds nus au-dessus des 4 points métalliques.
- L'excès de liquide, la prise de certains médicaments ou le cycle menstruel peuvent modifier les résultats.
- Pour découvrir votre poids, il vous suffit de monter directement sur la balance. Le résultat en Kg s'affiche après quelques secondes. Si vous souhaitez changer d'unité de mesure, il vous suffit d'appuyer sur la flèche vers le bas pour varier de kg/lb/st:lb.
Pour utiliser la fonction de détermination de graisse corporelle, de masse hydrique, de masse musculaire, de poids et de masse osseuse, vous devez entrer vos informations. Pour cela, suivez les étapes suivantes :
• Appuyez sur le carré. P0 apparaît à l'écran (l'appareil dispose de 10 mémoires pour 10 utilisateurs différents, différenciées par les lettres P0 à P9 apparaissant dans la marge inférieure gauche de l'écran). À l'aide des flèches, vous pouvez attribuer une mémoire à chaque utilisateur. Le numéro de la mémoire (P0…P9) clignote jusqu'à ce que vous sélectionnez le numéro souhaité.
• Une fois la mémoire sélectionnée, appuyez de nouveau sur le carré. Avec les flèches, sélectionnez le sexe, homme ou femme, qui apparaît par ces symboles. Ces symboles clignotent jusqu'àce que vous ayez sélectionné le sexe désiré.

• Une fois le sexe sélectionné, appuyez de nouveau sur le carré. Avec les flèches, choisissez votre taille. Les 3 chiffres de la taille clignotent jusqu'à ce que vous ayez sélectionné votre taille à l'aide des flèches.
• Une fois la taille sélectionnée, appuyez de nouveau sur le carré.

Avec les flèches, sélectionnez votre âge. Les 2 chiffres de l'âge clignotent jusqu'à ce que vous ayez sélectionné votre âge à l'aide des flèches.
Après avoir configuré la mémoire, la balance se révèle très simple d'utilisation. Il suffit de l'allumer, d'appuyer sur le carré, de sélectionner votre mémoire à l'aide des flèches, et une fois que la balance affiche 0.0, il vous suffit de vous positionner dessus avec les pieds nus au-dessus des capteurs métalliques.
- Le résultat apparaît de manière discontinue à l'écran, affichant dans un premier temps votre poids, puis votre taux de graisse corporelle, votre TBW qui correspond à votre masse hydrique, votre masse musculaire ,votre masse osseuse , vos Kcal et votre IMC.
-En descendant de la balance, elle se coupera automatiquement. Si aucun poids n'est posé sur la balance et que l'écran affiche zéro, elle s'éteindra automatiquement après environ 6 secondes.

RÉSULTATS OBTENUS :
Il est possible de mesurer le taux de graisse corporelle à l'aide des paramètres suivants qui apparaissent à l'écran.
• Under fat: En-dessous de la normale.
• Healthy: Sain.
• Over fat: Au-dessus de la moyenne.
• Obese: Obèse.
Remarque : L'idéal est d'obtenir un IMC (indice de poids corporel) se situant entre 20 et 25.

Tableau de graisse corporelle (%)

ÂGE	FEMME (%)				HOMME (%)			
	faible	normal	élevé	obèse	faible	normal	élevé	obèse
6-16	<18	18-28	29-35	>36	<10	10-18	19-23	>24
17-39	<20	20-32	33-38	>39	<12	12-20	21-25	>26
40-55	<23	23-35	36-41	>42	<13	13-21	22-26	>27
56-80	<24	24-36	37-42	>43	<14	14-22	23-27	>28

Tableau de masse hydrique (%)

ÂGE	FEMME (%)			HOMME (%)		
	faible	normal	élevé	faible	normal	élevé
6-14	<57	57-67	>67	<58	58-72	>72
15-29	<47	47-57	>57	<53	53-67	>67
30-59	<42	42-52	>52	<47	47-61	>62
60-80	<37	37-47	>47	<42	42-56	>56

Tableau de masse musculaire (%)

FEMME (%)			HOMME (%)		
faible	normal	élevé	faible	normal	élevé
<25.9	26-27.9	>30.9	<30.9	31-34.9	>39

Tableau de masse osseuse (KG)

	FEMME			HOMME		
poids	<40KG	40-60KG	>60KG	<60KG	60-75KG	>75KG
masse osseuse	2.4KG	2.6KG	3.2KG	3.2KG	3.6KG	4.3KG

Données de l'IMC

IMC	<18.5	18.5-25	25-30	>30
	faible	normal	élevé	obèse

Apport calorique journalier recommandé (Kcal)

ÂGE	FEMME	HOMME
10-17	1300	1610
18-29	1210	1550
30-49	1170	1500
50-69	1110	1350
>70	1010	1220

MESSAGES pouvant apparaître
- Installez une nouvelle pile lorsque le message LO apparaît.
- « Err » signifie qu'il y a une surcharge, la capacité maximale de la balance étant de 150Kg.
- « err2 » signifie que la mesure ne s'est pas faite correctement.

NETTOYAGE ET STOCKAGE

-N'utilisez pas de détergents abrasifs ou de produits qui sont susceptibles d'abîmer l'appareil.
-NE JAMAIS IMMERGER L'APPAREIL DANS L'EAU OU TOUT AUTRE LIQUIDE.
-Utilisez un linge ou une serviette humide pour nettoyer l'appareil.
-Ne jamais placer le produit en position verticale, même lorsqu'il n'est pas utilisé.

CARACTÉRISTIQUES TECHNIQUES

-3V DC (1 x CR2032 3V)
-Verre renforcé.
-Capacité de poids maximale: 150Kg (24 stone/330 lb)
-Capacité de poids minimale: 5 Kg
- Précision de mesure: 100gr/0.2lb, 50g/0.1lb
Cet appareil est conforme à la Directive 2006/95/EC de Baisse Tension et au Directive 2004/108/EC de Compatibilité Électromagnétique.

PROTECTION DE L'ENVIRONNEMENT - DIRECTIVE 2002/96/CE

Votre produit a été conçu et fabriqué avec des matériaux et des composants haute gamme lesquels pourront être recyclés et réutilisés.

Le pictogramme "poubelle roulante barrée" à côté d'un produit veut dire que le produit est sous la Directive Européenne 2002/96/CE.
Renseignez-vous sur le système de recyclage local séparé pour les produits électriques et électroniques.
Respectez les normes locales et ne jetez pas les produits déjà utilisés dans la poubelle normale de votre foyer. Protégeons l'environnement en recyclant correctement vos produits usagés, ainsi nous éviterons des conséquences négatives pour l'environnement et notre santé.

BILANCIA PER IL CALCOLO DELLA MASSA GRASSA

GRAZIE PER L'ACQUISTO

JOCCA la ringrazia per la fiducia accordata nell'acquisto di un nostro prodotto, certi di soddisfarla sempre con i nostri prodotti.

DESCRIZIONE DEL PRODOTTO

a-Display
b-Piedini antiscivolo
c-Vano batterie (include una batteria di tipo a bottone)
d-Sensori di peso
e-Tasti per unità di peso, età, sesso, altezza

AVVERTENZE DI SICUREZZA

-Queste istruzioni sono molto importanti. Si prega di leggere questo manuale d'istruzione con attenzione prima di usare il dispositivo e tenerlo a portata di mano per consultarlo in qualsiasi momento.
-JOCCA declina ogni responsabilità per l'uso improprio del prodotto, o per un uso non descritto in questo manuale.
-Al primo utilizzo, disimballare il prodotto e controllare che sia in perfette condizioni. In caso contrario non usare l'apparecchio e contattare JOCCA, in quanto la garanzia copre tutti i danni per difetti all'origine di fabbricazione.
-Questo prodotto è adatto solo per un uso domestico. Non usare il dispositivo all'aperto. Non esporre l'apparecchio agli agenti climatici come pioggia, neve, sole ecc.
-Questo dispositivo può essere usato da bambini di 8 anni e oltre, nonché da persone disabili, da persone con ridotte capacità sensoriali o mentali, da persone con mancanza di esperienza e conoscenza, se sottoposte adeguatamente di supervisione e di indicazioni d'uso e se comprendono il pericolo che comporta. La pulizia e la manutenzione possono essere eseguite dall'utente, ma non dai bambini, solo se hanno più di 8 anni e solo sotto la supervisione di un adulto.
-Tenere il dispositivo e il cavo fuori dalla portata dei bambini sotto gli 8 anni.

-Non immergere il dispositivo in acqua o in altro liquido. -Mantenere asciutta la superficie della bilancia. Non salire sulla bilancia con i piedi bagnati, pericolo di scivolamento.
-Usare il dispositivo su una superficie piana e orizzontale. Non mettere su tappeti, moquette, ecc
-Non colpire, scuotere o lasciar cadere la bilancia in modo da evitare che si danneggi. La bilancia è uno strumento di precisione. Maneggiare con cura per garantire una lunga durata del dispositivo.
-Non sovraccaricare la bilancia. I sensori di peso si possono danneggiare.
-La bilancia è solo per uso domestico, NON utilizzare a scopo industriale o commerciale.
-Non utilizzare il dispositivo se si è portatori di pacemaker o di un qualsiasi altro dispositivo elettrico o elettronico.

AVVERTIMENTO SULLE BATTERIE:
-Estrarre le batterie se il dispositivo non è usato per un lungo periodo.
-Le batterie devono essere smaltite nei punti di raccolta specifici.
-Se s'intende gettare il dispositivo, rimuovere le batterie.
-Se la batteria ha un qualche tipo di perdita non toccare mai a mani nude.
-Sostituire le batterie esauste.
-Si raccomanda esclusivamente l'utilizzo di batterie dello stesso modello o equivalente.
-Inserire le batterie secondo la polarità indicata.
-Non mettere il vano batterie vicino a fiamme o fonti di calore.
-Non gettare le batterie nel fuoco o lasciare l'unita' di controllo al sole.
-Non utilizzare batterie nuove ed esauste insieme.

ISTRUZIONI PER L'USO

-Prima di utilizzare il dispositivo, rimuovere la pellicola protettiva della batteria per consentire il contatto con il dispositivo e iniziare la messa in funzione.

Per una buona conduttività e un uso corretto della bilancia, per ottenere risultati affidabili per la misurazione della massa grassa, dell'acqua corporea, della massa muscolare, come anche la proporzione tra peso corporeo e ossa

E' importante pesarsi sempre a piedi nudi e assicurarsi che i piedi siano a contatto con tutti e 4 i sensori per raggiungere una precisione massima.

-L'eccesso di liquido, l'assunzione di alcuni medicinali o il ciclo mestruale possono influire sui risultati.

-Per misurare il peso, basta mettersi in piedi sulla bilancia, in pochi secondi si ottiene il peso in kg. Se si vuole selezionare l'unita' di peso, premere la freccia verso il basso scegliendo tra kg/ lb/ st: lb.

-Per la funzione di misurazione della massa grassa, dell'acqua corporea, della massa muscolare, come anche la proporzione tra peso corporeo e ossa, inserire i propri dati. Seguire questi passaggi:

• Premere sul quadrato. P0 apparirà sul display (questo dispositivo ha 10 memorie per 10 utenti diversi, con diversi posizioni da P0 a P9, visualizzati in basso a sinistra dello schermo), è possibile selezionare la memoria per ogni utente usando le frecce, le cifre di memoria (PO..... P9) lampeggiano fino a che non si seleziona quella desiderata.

• Dopo aver selezionato la memoria, premere di nuovo il quadrato e le frecce per selezionare il sesso: le sagome uomo o donna lampeggeranno fino a impostazione avvenuta.

• Quindi premere di nuovo il quadrato e le frecce per selezionare l'altezza. Lampeggeranno 3 cifre, completare l'impostazione usando le frecce.

• Dopo premere di nuovo il quadrato e le frecce per selezionare l'età'. Lampeggeranno 2 cifre, completare l'impostazione usando le frecce.

-Una volta impostata la memoria, l'uso della bilancia è semplice: basta accenderla premendo sul quadrato, selezionare il profilo usando le frecce, e quando la bilancia segna 0.0 salire a piedi nudi sui sensori metallici.

-Le informazioni compariranno sul display a intermittenza, indicando prima il peso, poi la % di massa grassa. TWB è l'acqua corporea, quindi la massa muscolare , proporzione delle ossa ,le Kcal e la BMI.

-Una volta scesi dalla bilancia, il dispositivo si disconnette automaticamente.

La bilancia si spegne automaticamente se non utilizzata e il display indica zero.

RISULTATI:

La % di massa grassa è valutata secondo i parametri mostrati nella tabella.

• Under fat: Sottopeso.
• Healthy: Ottimale.
• Over fat: Sovrappeso.
• Obese: Obeso.

Nota: i valori ottimali di BMI (indice di massa grassa) sono quelli tra 20 e 25.

Tabella massa grassa (%)

ETA'	DONNE (%)				UOMINI (%)			
	Bassa	Ottimale	Alta	Obeso	Bassa	Ottimale	Alta	Obeso
6-16	<18	18-28	29-35	>36	<10	10-18	19-23	>24
17-39	<20	20-32	33-38	>39	<12	12-20	21-25	>26
40-55	<23	23-35	36-41	>42	<13	13-21	22-26	>27
56-80	<24	24-36	37-42	>43	<14	14-22	23-27	>28

Tabella Acqua Corporea (%)

ETA'	DONNE (%)			UOMINI (%)		
	Bassa	Ottimale	Alta	Bassa	Ottimale	Alta
6-14	<57	57-67	>67	<58	58-72	>72
15-29	<47	47-57	>57	<53	53-67	>67
30-59	<42	42-52	>52	<47	47-61	>62
60-80	<37	37-47	>47	<42	42-56	>56

Tabella Indice Muscoli (%)

DONNE (%)			UOMINI (%)		
Bassa	Ottimale	Alta	Bassa	Ottimale	Alta
<25.9	26-27.9	>30.9	<30.9	31-34.9	>39

Tabella Peso Ossa (KG)

	DONNE			UOMINI		
Peso	<40KG	40-60KG	>60KG	<60KG	60-75KG	>75KG
Rif. peso ossa	2.4KG	2.6KG	3.2KG	3.2KG	3.6KG	4.3KG

Dati del BMI

Valori del BMI	<18.5	18.5-25	25-30	>30
	Basso	Ottimale	Alta	Obeso

Calorie (Kcal) consigliate al giorno

ETA'	DONNE	UOMINI
10-17	1300	1610
18-29	1210	1550
30-49	1170	1500
50-69	1110	1350
>70	1010	1220

Eventuali messaggi sul display
-Sostituire le batterie se è visualizzato LO.
-"Err" indica sovraccarico, la bilancia ha un carico massimo di 150kg.
-"Err2" indica che la misurazione non è stata calcolata correttamente.

PULIZIA E DEPOSITO

-Non usare detergenti abrasivi o prodotti che possono danneggiare il dispositivo.
-NON IMMERGERE MAI IL DISPOSITIVO IN ACQUA O IN ALTRO LIQUIDO.
-Usare un panno o una spagna umidi per pulire il dispositivo.
-Non mettere in posizione verticale, anche se non in uso.

SPECIFICHE TECNICHE

-3V DC (1 x CR2032 3V)- vetro temperato.
-Massima capacità di peso effettiva: 150 Kg. (24 st/330 lb).
-Minima capacità di peso effettiva: 5 Kg.
-Divisioni di peso: 100g/0.2 lb, 50g/0.1 lb.
Questo dispositivo è conforme ai requisiti di sicurezza e alle disposizioni della direttiva 2004/108/CE sulla Compatibilità Elettromagnetica.

PROTEZIONE DELL'AMBIENTE - DIRETTIVA 2002/96/CE

Questo prodotto è stato progettato e fabbricato con materiali di alta qualità e con parti che possono essere riciclate e riutilizzate.
Il simbolo con un bidone su ruote barrato, affianco a un prodotto, indica che il prodotto è conforme alla Direttiva Europea 2002/96/CE.

Richiedere informazioni sul sistema di riciclaggio locale per prodotti elettrici ed elettronici.
Seguire le norme locali e non smaltire i prodotti usati gettandoli nei rifiuti domestici. Un riciclo corretto del prodotto usato aiuta ad evitare impatti negativi sull'ambiente e sulla salute delle persone.